

Dos de cada tres mujeres padecen cistitis con frecuencia, aumentando en verano

El verano favorece su colonización y reproducción en el tracto urinario, por eso se multiplican los casos en la época estival. Más allá del tratamiento médico, existen productos naturales como Cis-control de Arkopharma que alivian los síntomas y previenen su aparición

Dos de cada tres mujeres padecen cistitis con cierta frecuencia, más de dos veces al año, y especialmente en verano¹ .

No es un enfriamiento. En el 80% de los casos es una infección bacteriana producida por la E.coli Sus síntomas² son, comúnmente, necesidad imperiosa y constante de orinar y sensación de ardor al hacerlo.

“Si tenemos ganas continuas de ir al baño, incluso urgencia, acompañado de molestias o escozor al orinar, dolor en la pelvis, e incluso fiebre o dolor lumbar, debemos pensar que estamos ante una cistitis y consultar lo antes posible con el farmacéutico o el médico para escoger la mejor opción terapéutica”, indica el doctor Palacios.

Ni el calor ni las relaciones sexuales la provocan. La temperatura ambiente y la del agua no son causas directas del repunte veraniego, pero aportan un ingrediente fundamental que, como explica el doctor Santiago Palacios, director del Instituto Palacios de Salud y Medicina de la Mujer, facilita la proliferación de las bacterias E.Coli, culpables de este frecuente malestar: la humedad. Las relaciones íntimas también favorecen su aparición en un 40%³ por facilitar la migración de las bacterias del colon a la uretra. Un aumento de la frecuencia podría explicar parte del mayor número de casos en esta época.

¿Pueden padecerla los hombres? Parece más complicado de sufrirla: un 4% de ellos afirma haber pasado por algún episodio. En su caso, los síntomas⁴ son –entre otros– frecuencia y urgencia de micción, sensación de ardor u hormigueo durante o después y fiebre baja, pero el verano no aumenta su riesgo a padecerla.

Gestos efectivos para evitar su aparición. Desde el Instituto Palacios, recomiendan beber lo necesario para generar las suficientes oportunidades de eliminar las bacterias del tracto urinario a través de la orina y no aguantarla: “el crecimiento bacteriano es mayor cuando la orina permanece en la vejiga, especialmente antes y después de las relaciones sexuales”.

Cuidar la higiene íntima con jabones neutros para eliminar las bacterias, no quedarse con el traje de baño húmedo para mitigar su proliferación, reconsiderar el uso de diafragma que dificulta el vaciado de la vejiga y consumir activos naturales de eficacia probada son consejos para lograr superar la

temporada alta con las menores incidencias posibles.

“Podemos incorporar la toma de plantas medicinales, bien para prevenir cistitis de repetición [las que se suceden en un periodo breve de tiempo] o bien para tratarlas si podemos evitar los antibióticos, ya que no tienen ningún efecto secundario”, aconseja el doctor Palacios. En este sentido, destaca la utilidad del arándano rojo, la D-Manosa, el brezo y los probióticos.

¿Qué puede hacer un producto natural contra esta afección bacteriana? Los preparados farmacéuticos a base de activos naturales como el arándano rojo americano, el brezo y la D-Manosa, como Cis-Control Flash, de Arkopharma Laboratorios, “evitan que las bacterias responsables de estas infecciones se adhieran a las paredes de la vejiga gracias a la acción que ejercen las PACs –proantocianidinas tipo A que contienen”, explica Ana Ortego, Product Manager de Arkopharma, y continúa: “favorecen la diuresis y, por tanto, la expulsión de las bacterias como la E.Coli, a través de la orina”.

“Compra siempre los complementos alimenticios en farmacias y canales de distribución autorizados”. Es la recomendación de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). El Centro de Información de la Cistitis explica la razón: “se obtienen productos estandarizados, con la cantidad de principio activo necesario para el efecto terapéutico que buscamos”.

Cis-Control Flash

Contiene arándano rojo, brezo y cuatro aceites esenciales 100% puros y naturales, botánica y bioquímicamente definidos.

- El arándano rojo (*Vaccinium macrocarpon* Ait). El arándano rojo, llamado en inglés cranberry, es una planta con pequeñas bayas rojas, originaria de Norteamérica.
- El brezo (*Calluna vulgaris* (L.) Hull). El brezo es muy común en Europa, donde sus bonitas flores de color malva alegran los acantilados marítimos a finales de verano. En fitoterapia, estas flores se utilizan para favorecer la eliminación de líquidos, lo que contribuye al buen funcionamiento del sistema urinario.

P.V.P: 17,00€ - A la venta en farmacias y parafarmacias

Sobre Arkopharma

Fundado en 1980 en Niza, Arkopharma es un laboratorio farmacéutico multinacional especializado en productos farmacéuticos con principios activos de origen natural. En la actualidad, Arkopharma es el líder europeo en el ámbito de los medicamentos y complementos alimenticios naturales a base de plantas. Estos laboratorios farmacéuticos nacen de la idea vanguardista del doctor Max Rombi. Así, propone una “Medicina para la salud” con productos naturales que pueden prevenir y ayudar a aliviar la mayor parte de los problemas de salud cotidianos. Arkopharma propone preparados farmacéuticos de plantas medicinales y productos naturales.

<https://www.arkopharma.com/es-ES>

1. Encuesta Fitofarma 2020, realizada por Arkopharma Laboratorios con el asesoramiento del Centro de Información de la Cistitis

2. Mayo Clinic <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/cystitis/symptoms-causes/syc-20371306>

3. Decálogo de la prevención del Instituto Urológico de Madrid e INFITO (Centro de Investigación en Fitoterapia)

4. Mayo Clinic [https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/cystitis/expert-answers/bladder-infection/faq-20058552#:~:text=Los%20signos%20y%20s%C3%ADntomas%20de,inmediatamente%20despu%C3%A9s%20de%20orinar%20\(disuria\)](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/cystitis/expert-answers/bladder-infection/faq-20058552#:~:text=Los%20signos%20y%20s%C3%ADntomas%20de,inmediatamente%20despu%C3%A9s%20de%20orinar%20(disuria))

Datos de contacto:

Patricia Rojo / María Terzagui

+34609831094

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina Industria Farmacéutica](#) [Medicina alternativa](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>